

Hubungan Depresi dengan Kemampuan Dalam Aktivitas Dasar Sehari-Hari Pada Lanjut Usia di Panti Sosial Tresna Werdha Minaula Kendari

¹Dimas Aji Pamungkas, ²Tomy Nurtamin, ³Junuda RAF

¹Program Studi Pendidikan Dokter FK UHO

²Fakultas Kedokteran UHO

³Bagian Psikiatri Rumah Sakit Jiwa Sulawesi Tenggara

Email : tomymedica@gmail.com

ABSTRACT

According to PPDGJ-III depression is a mental disorder that has three major symptoms of depressive affect, loss of interest and easily tired state, and has seven other symptoms such as reduced concentration, reduced confidence, feeling of guilty, pessimistic, suicidal ideas, sleep disturbance and loss of appetite. These problem could be acute or chronic and lead impaired ability of individuals in everyday activities. Activity Daily Living is work activities of daily routine. Activity Daily Living is a staple for self-care activities. These study aims to determine the relationship between depression and activity daily living the elderly in Panti Sosial Tresna Werdha "Minaula" Kendari. These study was an observational analytic study with cross sectional design. The population from elderly in Panti Sosial Tresna Werdha "Minaula" Kendari. Sample in these study consist of 95 respondent. Elderly male consist of 35 respondents and female 36 respondents. The sampling method is total sampling. The study instrument used questionnaires Beck Depression Inventory (BDI) to assess depression in the elderly. Assessment Activity Daily Living (ADL) using the Barthel Index questionnaire. Data were analyzed by Spearman test. Data was considered significant at p value $\leq 0,05$. The Results of these study that 71 respondents was mild depression (43.7%), no depression (33.8%) and moderate depression (22.5%). The Respondent who can perform the Activity Daily Living consist of independently (42.3%), mild dependence (38.0%), moderate dependence (9.9%), heavy dependence (7.0%) and total dependence (2.8%). There were a significant relationship between depression on Activity Daily Living ($p = 0.000$) with negative correlation direction or opposite direction ($r = -0.500$). The conclusions of these study indicate that there were relationship of depression of activity daily living the elderly in Panti Sosial Tresna Werdha "Minaula" Kendari.

Keywords: Activity Daily Living, Depression, Elderly

PENDAHULUAN

Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia, yang dimaksud dengan Lanjut Usia (lansia) adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas (Depkes RI, 2003). Menurut WHO kawasan Asia Tenggara yang berusia di atas 60 tahun berjumlah 142 juta orang dan di perkirakan akan terus meningkat hingga 3 kali lipat di tahun 2050. Jumlah lansia di Indonesia pada tahun 2011 sekitar 24 juta jiwa atau hampir 10% jumlah penduduk. Setiap tahunnya jumlah lansia bertambah rata-rata 450.000 orang (Yuliati dkk., 2014).

Indonesia termasuk negara yang memasuki era penduduk berstruktur lanjut usia (*aging structured population*) karena

mempunyai jumlah penduduk dengan usia 60 tahun keatas sekitar 7,18%. Jumlah penduduk lansia pada tahun 2006 sebesar 19 juta jiwa dengan usia harapan hidup 66,2 tahun, sedangkan pada tahun 2020 diprediksi jumlah lansia sebesar 28,8 juta (11,34%) dengan usia harapan hidup 71,1 tahun (Irawan H, 2013). Data biro sensus Amerika Serikat memperkirakan Indonesia akan mengalami pertambahan warga lanjut usia terbesar di seluruh dunia pada tahun 1990-2025, yaitu sebesar 414% (Kinsella dan Taeuber, 1993 dalam Maryam dkk., 2008).

Data Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara tahun 2013, jumlah lansia sebanyak 145.427 orang dari seluruh populasi lansia. Berdasarkan kelompok umur 55-60+ dengan jenis kelamin laki-laki

sebanyak 77.894 jiwa, sedangkan jenis kelamin perempuan sebanyak 67.533 jiwa (Dinkes Sultra, 2013).

Seiring bertambahnya usia, penuaan tidak dapat dihindarkan dan terjadi perubahan keadaan fisik, selain itu para lansia mulai kehilangan pekerjaan, kehilangan tujuan hidup, kehilangan teman, resiko terkena penyakit, terisolasi dari lingkungan, dan kesepian. Hal tersebut dapat memicu terjadinya gangguan mental. Depresi merupakan salah satu gangguan mental yang banyak dijumpai pada lansia akibat proses penuaan (Irawan H, 2013).

Depresi bukan merupakan suatu keadaan yang disebabkan oleh patologi tunggal, tetapi biasanya bersifat multifaktorial. Depresi merupakan kondisi yang sering ditemukan pada usia lanjut. Hal ini disebabkan oleh stres lingkungan dan kemampuan adaptasi yang menurun. Gejala depresi pada usia lanjut sering hanya berupa apatis dan penarikan diri dari aktifitas sosial, gangguan memori, perhatian serta memburuknya kognitif secara nyata bahkan depresi pada lanjut usia seringkali kurang atau tidak terdiagnosis dengan baik (Martono, 2010).

METODE PENELITIAN

Jenis dari penelitian ini adalah *analitik observasional* dengan rancangan penelitian yaitu *Cross Sectional*. Penelitian ini telah dilaksanakan pada bulan Maret - April 2015 di Panti Sosial Tresna Werdha “Minaula” Kendari, Provinsi Sulawesi Tenggara. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 95 responden yang merupakan seluruh lansia yang berada di Panti Sosial Tresna Werdha “Minaula” Kendari dan berusia ≥ 60 tahun. Lansia yang menderita sakit berat atau berada di rumah sakit, lansia yang tidak berada di Panti Sosial

Tresna Werdha “Minaula” Kendari masuk dalam kriteria eksklusi. Depresi diukur menggunakan kuesioner *Beck Depression Inventory* (BDI) sedangkan untuk mengetahui *Activity Daily Living* (ADL) menggunakan kuesioner *Barthel Indeks*. Data dianalisa menggunakan *Spearman test*.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Penelitian Berdasarkan jenis kelamin di Panti Sosial Tresna Werdha “Minaula” Kendari.

Jenis Kelamin	Jumlah (n)	Persentase (%)
Laki-laki	35	49.3
Perempuan	36	50.7
Total	71	100.0

Tabel 1. Dari tabel 1 ditunjukkan bahwa dari 71 responden di Panti Sosial Tresna Werdha “Minaula” Kendari, responden yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 35 responden (49,3%) dan perempuan sebanyak 36 responden (50,7%).

Tabel 2. Distribusi karakteristik responden berdasarkan usia di Panti Sosial Tresna Werdha “Minaula” Kendari.

Usia	Jumlah (n)	Persentase (%)
Usia 60 - 74 tahun	41	57.7
Usia 75 - 90 tahun	30	42.3
Total	71	100.0

Tabel 2. Dapat dikemukakan bahwa dari 71 jumlah responden, responden dengan rentang usia 60-74 tahun sebanyak

57,7%, usia 75-90 tahun sebanyak 30 orang 42,3%.

Tabel 3. Distribusi depresi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha “Minaula” Kendari.

Depresi	Jumlah (n)	Persentase (%)
Tidak Depresi	24	33.8
Depresi Ringan	31	43.7
Depresi Sedang	16	22.5
Total	71	100.0

Dapat dikemukakan bahwa dari 71 responden di Panti Sosial Tresna Werdha “Minaula” Kendari, responden yang tidak menderita depresi sebanyak 33,8%, depresi ringan sebanyak 43,7%, dan depresi sedang sebanyak 22,5%.

Tabel 4. Distribusi ADL lansia di Panti Sosial Tresna Werdha “Minaula” Kendari

Activity Daily Living	Jumlah (n)	Persentase (%)
Ketergantungan Total	2	2.8
Ketergantungan Berat	5	7.0
Ketergantungan Sedang	7	9.9
Ketergantungan Ringan	27	38.0
Dikategorikan Mandiri	30	42.3
Total	71	100.0

Dapat dikemukakan bahwa dari 71 responden di Panti Sosial Tresna Werdha “Minaula” Kendari, responden yang memiliki ketergantungan total sebanyak 2 lansia (2,8%), ketergantungan berat sebanyak 5 lansia (7,0%), ketergantungan sedang sebanyak 7 lansia (9,9%), ketergantungan ringan sebanyak 27 lansia (38,%), dan lansia yang dapat melakukan aktifitas secara mandiri sebanyak 30 lansia (42,3%).

Dapat dikemukakan bahwa jumlah lansia yang tidak menderita depresi sebanyak 24 responden, yang mengalami ketergantungan total 0 responden (0%), ketergantungan berat 0 responden (0%), ketergantungan sedang 1 responden (4,2%), ketergantungan ringan 7 responden (29,2%), dan yang dapat melakukan aktifitas secara mandiri sebanyak 16 responden (66,7%).

Lansia yang menderita depresi ringan sebanyak 31 responden, yang mengalami ketergantungan total sebanyak 0 responden (0%), ketergantungan berat 1 responden (3,2%), ketergantungan sedang sebanyak 5 responden (16,1%), ketergantungan ringan sebanyak 12 responden (38,7%), dan yang dapat melakukan aktifitas secara mandiri sebanyak 13 responden (41,9%).

Lansia yang menderita depresi sedang sebanyak 16 responden, yang mengalami ketergantungan total sebanyak 2 responden (12,5%), ketergantungan berat sebanyak 4 responden (25,0%), ketergantungan sedang sebanyak 1 responden (6,2%), ketergantungan ringan sebanyak 8 responden (50,0%), dan yang dapat melakukan aktifitas secara mandiri sebanyak 1 responden (6,2%).

Tabel 5. Distribusi silang antara depresi dengan ADL pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha “Minaula” Kendari.

Variabel	Activity Daily Living (ADL)										Total	
	K. Total		K. Berat		K. Sedang		K. Ringan		Mandiri			
	n	%	n	%	n	%	N	%	n	%	n	%
Tidak depresi	0	0	0	0	1	4,2	7	29,2	16	66,7	24	100
Depresi ringan	0	0	1	3,2	5	16,1	12	38,7	13	41,9	31	100
Depresi sedang	2	12,5	4	25,0	1	6,2	8	50,0	1	6,2	16	100

Tabel 6. Hubungan depresi dengan kemampuan dalam aktifitas dasar sehari-hari pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha “Minaula” Kendari

Korelasi *spearman* depresi dengan kemampuan dalam aktifitas dasar sehari – hari pada lansia

Spearman's rho	Correlation	-0,500
	Coefficient	0,000
	(<i>r</i>)	71
	Sig. (2-tailed)	
	(<i>p-value</i>)	
N		

Tabel 6. Hasil analisis dengan menggunakan uji *spearman*, diperoleh nilai signifikan 0,000 yang artinya H_0 ditolak, hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan depresi dengan tingkat kemampuan dalam aktifitas dasar sehari-hari pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha “Minaula” Kendari. Nilai korelasi *spearman* sebesar -0,500 menunjukkan bahwa arah korelasi negatif (berlawanan arah) dengan kekuatan korelasi sedang.

PEMBAHASAN

Responden dalam penelitian adalah lansia yang berusia ≥ 60 tahun. Panti Sosial Tresna Werdha “Minaula” Kendari memiliki 95 orang lanjut usia. Dari 95 orang lanjut usia, di dapatkan 71 responden yang masuk dalam kriteria inklusi dan 24 responden masuk kriteria eksklusi.

Berdasarkan hasil analisis karakteristik responden yaitu lansia di Panti Sosial Tresna Werdha “Minaula” Kendari yang berjumlah 71 responden didapatkan subjek penelitian paling banyak berada pada umur 60-74 tahun (57,7%) dan jenis kelamin perempuan (50,7%).

Depresi menurut PPDGJ-III merupakan gangguan mental yang memiliki tiga gejala utama afek depresif, kehilangan minat dan keadaan mudah lelah, serta memiliki tujuh gejala lainnya seperti konsentrasi berkurang, kepercayaan diri berkurang, gagasan rasa bersalah, pesimistis, gagasan bunuh diri, tidur terganggu dan nafsu makan berkurang. Masalah ini dapat akut atau kronik dan menyebabkan gangguan kemampuan individu untuk beraktivitas sehari-hari (Maslim, 2001).

Hasil penelitian yang dilakukan di Panti Sosial Tresna Werdha “Minaula” Kendari bahwa dari 71 responden yang menderita depresi ringan lebih banyak (43,7), kemudian normal (33,8%), dan menderita depresi sedang (22,5%). Klasifikasi depresi diketahui dari hasil wawancara dengan menggunakan kuesioner *Beck Depression Inventori* (BDI) dimana kuesioner tersebut terdiri dari 4 kategori penilaian yang digunakan untuk menilai adanya depresi pada lansia.

Pada hasil penelitian ini juga di dapatkan bahwa dari 71 responden yang

aktifitas dasar sehari-hari tidak mengalami gangguan (mandiri) sebanyak (42,3%), ketergantungan ringan (38,0%), ketergantungan sedang (9,9%), ketergantungan berat (7,0%), dan ketergantungan total (2,8%). Klasifikasi *Activity Daily Living* diketahui dari hasil wawancara dengan menggunakan Kuesioner *Barthel Indeks* terdiri dari 5 kategori penilaian yang digunakan untuk menilai *Activity Daily Living* pada lansia.

Pada penelitian ini didapatkan bahwa responden yang menderita depresi sedang didapatkan dari 16 responden, 8 responden (11,3%) memiliki ketergantungan ringan dalam melakukan *Activity Daily Living*, 4 responden (5,5%) memiliki ketergantungan berat dalam melakukan *Activity Daily Living*, 2 responden (2,8%) memiliki ketergantungan total dalam melakukan *Activity Daily Living*, dan 1 responden (1,4%) ketergantungan sedang dan mandiri dalam melakukan *Activity Daily Living*. Dalam penelitian ini juga didapatkan bahwa yang mengalami depresi ringan didapatkan dari 31 responden, 13 responden (18,3%) memiliki tidak mengalami ketergantungan dalam melakukan *Activity Daily Living*, 12 responden (16,9%) memiliki ketergantungan ringan dalam melakukan *Activity Daily Living*, 5 responden (7,0%) memiliki ketergantungan sedang dalam melakukan *Activity Daily Living*, 1 responden (1,4%) ketergantungan sedang dalam melakukan *Activity Daily Living*, dan tidak ada responden yang memiliki ketergantungan total dalam melakukan *Activity Daily Living*.

Hasil Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari M, dkk (2012), menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat depresi dengan tingkat kemandirian lansia dalam

melakukan aktivitas sehari-hari di wilayah kerja Puskesmas Ge'tengan Kec. Mengkendek Kab. Tana Toraja.

Hasil penelitian yang dilakukan di peroleh bahwa terdapat hubungan, yang signifikan antara depresi dengan *Activity Daily Living* pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha "Minaula" Kendari, dengan nilai signifikan 0,000 dengan nilai korelasi sebesar -0,500 yang menunjukkan kekuatan korelasi sedang dan arah korelasi negatif. Hal ini menunjukkan hubungan yang berlawanan arah yaitu jika depresi semakin meningkat maka kemampuan untuk melakukan *Activity Daily Living* semakin menurun, sebaliknya jika depresi seseorang semakin baik maka kemampuan untuk melakukan *Activity Daily Living* akan meningkat.

Kemampuan yang berkurang dalam *Activity Daily Living* yang diakibatkan dari depresi dikarenakan pada penderita depresi dengan gangguan *mood* mengalami abnormalitas bio-genik di dalam darah, urine, dan cairan serebrospinalis. Gangguan *mood* disebabkan oleh disregulasi heterogen amin biogenik – seperti norepinefrin, serotonin dan dopamin. Secara umum ketiga neurotransmitter berperan dalam mengatur emosi, reaksi terhadap stres, tidur, dan nafsu makan. Jumlah serotonin yang tinggi menyebabkan agresivitas dan gangguan tidur, sedangkan jumlah rendah menyebabkan iritabilitas, ansietas, letargi, depresi dan tindakan atau pemikiran bunuh diri. Pada keadaan depresi, norepinefrin yang berperan dalam regulasi respons "*fight or flight*" terganggu. Dua neurotransmitter yang paling terkait dalam terjadinya depresi dengan gangguan *mood* yaitu amin biogenik norepinefrin dan serotonin. Keterlibatan reseptor prasinaps β_2 -adrenergik menimbulkan penurunan

jumlah norepinefrin dan serotonin yg dilepaskan. Sehingga penurunan norepinefrin dan serotonin dapat mencetuskan terjadinya depresi (Sadock, 2010).

Menurut Irawan H (2013), penyebab depresi terbanyak disebabkan oleh gangguan regulasi serotonin. Pada keadaan depresi terjadi gangguan serotonergik termasuk jumlah metabolit, jumlah reseptor, dan respons neuroendokrin. Selain itu, pada lansia depresi terjadi perubahan struktur otak seperti abnormalitas jalur frontostriatal yang menyebabkan gangguan fungsi eksekutif, psikomotor, perasaan apatis, volume struktur frontostriatal yang rendah, hiperintensitas struktur subkortikal, abnormalitas makromolekular di korpus kalosum genu dan splenium, nukleus kaudatus, dan putamen, penurunan jumlah glia di korteks singulata anterior subgenual, abnormalitas neuron di korteks dorsolateral, atrofi kortikal, gangguan substansia alba, abnormalitas struktur subkortikal, peningkatan aktivitas dan perubahan volume amigdala yang berperan dalam emosi negatif dan gangguan mekanisme coping, dan penurunan volume hipokampus dan striatum ventral. Perubahan tersebut berdampak pada perubahan neurotransmitter yang menyebabkan lansia depresi.

Para lansia depresi sering menunjukkan keluhan nyeri fisik tersamar yang bervariasi, kecemasan, dan perlambatan berpikir. Perubahan pada lansia depresi dapat dikategorikan menjadi perubahan fisik, perubahan dalam pemikiran, perubahan dalam perasaan, dan perubahan perilaku mengakibatkan aktifitas dasar sehari – harinya terganggu.

Aktifitas dasar sehari-hari yang dapat terganggu pada lansia yang mengalami

depresi meliputi, makan, mandi, perawatan diri, berpakaian, buang air kecil, buang air besar, penggunaan toilet, berpindah tempat (transfer), mobilitas dan naik turun tangga.

Hasil Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Murtutik L, dan Dewi U (2012), menunjukkan bahwa kekuatan korelasi sangat lemah dan arah korelasi negatif (berlawanan arah) antara tingkat depresi dengan tingkat kemampuan dalam melakukan aktivitas dasar sehari pada lansia yang tinggal di Panti Werdha Asih Kwarasan Sukoharjo.

Hasil Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Koampa., dkk (2015), menunjukkan ada hubungan antara tingkat stres dengan kemandirian pada orang tua lanjut usia di desa tombasian atas kecamatan kawangkoan barat.

SIMPULAN

Dari penelitian yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa lansia yang mengalami depresi ringan (43,7%), tidak mengalami depresi (33,8%), dan lansia yang mengalami depresi sedang yaitu (22,5%) di Panti Sosial Tresna Werdha “Minaula” Kendari. Lansia yang dapat melakukan aktifitas dasar sehari-hari secara mandiri (42,3%), yang mengalami ketergantungan ringan (38,0%), yang mengalami ketergantungan sedang (9,9%), yang mengalami ketergantungan berat (7,0%) dan yang mengalami ketergantungan total (2,8%), di Panti Sosial Tresna Werdha “Minaula” Kendari. Terdapat hubungan yang signifikan antara depresi dengan tingkat kemampuan dalam aktifitas dasar sehari-hari pada lanjut usia di Panti Sosial Tresna Werdha “Minaula” Kendari dengan nilai ($p=0,000$) dengan arah korelasi

negatif (berlawanan arah) dan kekuatan korelasi sedang ($r=-0,500$).

SARAN

Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut, tidak hanya sebatas dilingkungan Panti Sosial Tresna Werdha “Minaula” Kendari, tetapi bisa juga dilakukan penelitian di masyarakat agar didapatkan hasil yang lebih presentatif.

DAFTAR PUSTAKA

- Departemen Kesehatan Republik Indonesia., 2003. Situasi Dan Analisis Lanjut Usia. Jakarta : Pusat Data Dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.
- Dinas Kesehatan Sulawesi Tenggara., 2013. Profil Kesehatan Sulawesi Tenggara. Kendari : Dinkes Provinsi Sultra.
- Irawan, H., Gangguan Depresi Pada Lanjut Usia. *Journal Depresi*. 2013, Vol. 40: 815-819.
- Koampa, M.M., Bidjuni, H., Onibala, F., Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Kemandirian Pada Orang Tua Lanjut Usia Di Desa Tombasian Atas Kecamatan Kawangkoan Barat, Universitas Sam Ratulangi. 2015, Vol.3
- Martono, H., Pranarka, K., 2010. Buku Ajar Boedhi-Darmojo Geriatri (Ilmu Kesehatan Usia Lanjut). Jakarta : Balai Penerbit FKUI.
- Maryam, R.S., Ekasari, M.F., Rosidawati, Jubaidi, A. Batubara, I., 2008. *Menganal usia lanjut dan perawatannya*. Jakarta : Salemba Medika.
- Maslim, R., 2001. Buku Saku Diagnosis Gangguan Jiwa Rujukan Ringkas dari PPDGJ-III. Jakarta : PT Nuh Jaya.
- Murtutik, L., Dewi, U. Hubungan Tingkat Depresi Dengan Tingkat Kemampuan Dalam Melakukan Aktivitas Dasar Sehari-Hari Pada Lansia Di Panti Werdha Asih Kwarasan Sukoharjo, 2012, vol.1.
- Sadock, B.J., Sadock, V.A., 2010. “Kaplan & Sadock Buku Ajar Psikiatri Klinis”. Jakarta : EGC.
- Sari, M.L., Nosi, H., Indar, : Hubungan Tingkat Depresi Dengan Tingkat Kemandirian Lansia dalam Aktivitas Sehari-Hari Di Wilayah Kerja Puskesmasge'tengan Kec. Mengkendek Kab. Tana Toraja, Universitas Hasanuddin. 2012, Vol.1 , hal 1-6.
- Yuliati A., Baroya N., dan Ririanty M., 2014, Perbedaan Kualitas Hidup Lansia yang Tinggal di Komunitas dengan di Pelayanan Sosial Lanjut Usia (*The Different of Quality of Life Among the Elderly who Living at Community and Social Services. Jawa Timur: Bagian penerbitan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Jember*).